**Консультация для родителей**

**Как помочь ребенку стать внимательнее — советы родителям.**

 ****

**Подготовил: воспитатель Лисицина Л.В.**

Вниманием называют психический процесс, во время которого человек может фиксироваться на чем-то определенном среди других объектов. Малыша приучать внимательности стоит последовательно, без криков, поскольку детская психика и нервная система окончательно сформировывается только к десяти годам. Совсем крохе достаточно просто рассказывать обо всем на прогулке: «Какая машина проехала, Какая шапочка или игрушка у девочки, Какие высокие деревья». Так он будет концентрироваться на том, что говорит родитель и одновременно развивать навык быть сосредоточенным.

***Важно! Стоит обязательно контролировать процесс концентрации внимания у малыша на первых порах. Для этого следует делать упор на специальные игры, упражнения, детские головоломки, раскраски. Замечания родителя должны быть дружелюбные, с элементом шутки.***

**Советы:** Найти нестандартные способы привлечения внимания. Выбрать подходящее время для занятий. Прежде чем дать задание, изучить его с позиции ребенка: легко ли его понять, интересно ли оно. Следить за собственными эмоциями: не упрекать малыша, не повышать голос. **Тренировка для мозга**

***Обратите внимание! В современном мире существует огромное множество пособий, головоломок, упражнений для тренировки мозга. Большинство из них можно найти в Интернете и распечатать для личных занятий с ребенком.***

Одними из лучших заданий для детей выступают следующие:

* Рисовать одновременно левой и правой рукой круги, квадраты или просто линии.
* Упражнения на визуализацию. Попросить ребенка закрыть глаза и вспомнить знакомого человека, затем воспроизвести его голос, мимику и жесты по памяти.
* Нейробика. Задание включает в работу все 5 органов чувств. Система была разработана Катцем Л., нейробиологом. Главное — выполнять повседневные дела необычными способами: ходить по дому закрытыми глазами, изменить маршрут движения, узнавать вещи на ощупь (например, разные номиналы монет).

**Развитие внимания и концентрации**

Как у ребенка можно развить внимательность:

* Гулять на свежем воздухе. Развивая тело и моторику, улучшается работа тех участков мозга, которые отвечают за концентрацию внимания.
* Правильно дышать. Объём легких и сосредоточенность — прямо связаны друг с другом.
* Работать руками, занимаясь рукоделием. Для девочек подойдет вышивка, а для мальчиков — конструктор.
* Играть в любые настольные игры, рассматривать картинки, где нужно найти отличия у предметов.

Читать сказки, рассказы. Важно учитывать возраст в выборе произведения.

* Приобщение к домашней работе.

Когда и как развивать внимание **Внимательность** возможно тренировать у малыша уже в первый год жизни. Как только он научился удерживать предмет, можно рассказать о погремушке, указать на различные цвета, потрясти ее, чтобы кроха услышал звук. Поэтому внимание развивается уже в самом маленьком возрасте.

***Обратите внимание! В методиках, как развивать внимание, присутствует большое количество всевозможных упражнений, заданий, с помощью которых и проводятся тренировки и оттачивание навыка.***

**Игры с родителями**

Варианты игр:

* «Лови — не лови!». Родитель предлагает ловить мяч только тогда, когда он бросит его со словом «Лови!». Если при броске ничего сказано не было, то мяч стоит отбросить в сторону. Игра поможет сосредотачиваться на словах, звуках.
* «Повтори». Малыш должен повторить 3-4 слова так, как сказал родитель.
* «Обезьянка». Повторять за родителями движения в точности так же, как изобразили они.
* «Наблюдатели». На прогулке с малышом находить все предметы, которые зеленые, круглые или мягкие.

***Обратите внимание! При выборе игры нужно понаблюдать за малышом. Если ему не интересна та или иная методика, то не следует ее ему навязывать. Лучше из изобилия вариантов выбрать тот, который будет вовлекать в процесс и вызывать интерес.*

Упражнения для тренировки концентрации внимания**

Когда мысль сфокусирована, то она обретает силу. Многие упражнения для концентрации внимания очень монотонны и отнимают энергию. Но они приносят большую пользу: тренируется тело, движения становятся контролируемыми, а впоследствии оно станет с легкостью повиноваться командам разума.
«Саперы». Написать набор букв, а после предложить малышу подчеркнуть и зачеркнуть определенные буквы.

«Шпионы». Придумать свой алфавит символов, а затем рисовать из них слова и предложения, просить, чтобы ребенок их прочел, используя личную таблицу.

«Спасательный отряд». Написать набор букв или цифр, а затем попросить найти среди них определенные слова или цифры, которые «потерялись».

«Артисты». Упражнение строится на основе стиха Н. Тарасовой «С точки зрения кота». При его чтении все слова «кот» и его производные нужно выделить голосом ярче.

Игры на развитие внимания ребенка помогают ему научиться усидчивости и повысить уровень памяти. Тренировки должны быть регулярными, чтобы эффект от них был положительным.